



SPORTING CLUB
LEONARDO

ATTIVITÀ IN ACQUA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.15 – 10.00 ACQUAGYM	09.30 – 10.30 CORSO DI NUOTO	9.15 – 10.00 ACQUAGYM	9.30 – 10.30 DOLCEACQUA	9.30 – 10.30 DOLCEACQUA	09.00 – 12.15 CORSO DI NUOTO
	10.30 – 11.30 DOLCEACQUA				12.30 – 13.15 ACQUAGYM
17.00 – 18.30 CORSODI NUOTO	17.00 – 18.30 CORSO DI NUOTO	17.00 – 18.30 CORSO DI NUOTO	17.00 – 18.30 CORSO DI NUOTO	17.00 – 18.30 CORSO DI NUOTO	14.00 – 16.45 CORSO DI NUOTO
20.00 – 20.45 ACQUA TONIC		20.00 – 20.45 ACQUA TONIC			

TUTTE LE ATTIVITÀ DI GRUPPO SONO ACCESSIBILI SOLO PREVIA PRENOTAZIONE

reception@sportingclubleonardo.it



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	09.30 – 10.30 YOGA sala H		09.30 – 10.30 YOGA sala H	10.30- 11.30 DANZA CLASSICA sala H	10.30 – 11.15 GAG CIRCUIT sala A
13.15 – 14.00 TONIFICAZIONE sala A	09.30 – 10.15 GINNASTICA DOLCE sala A	13.15 – 14.00 JOLLY sala A	10.45 – 11.45 GINNASTICA DOLCE sala H	13.15 – 14.00 TONIFICAZIONE sala A	11.15 – 12.00 INTERVAL TRAINING sala A
	12.00 – 13.00 PILATES sala H		12.00 – 13.00 PILATES sala H		
18.30 – 19.30 YOGA sala H	13.00 – 14.00 BOXE sala KRAV	18.30 – 19.15 GAG sala A	13.00 – 14.00 BOXE sala KRAV	18.30- 19.15 MILITARY GAG sala A	
19.00 – 20.00 CORE SYSTEM sala A	18.15- 19.00 MILITARY GAG sala A	18.30 – 19.30 YOGA sala H		19.15 – 20.00 FIT BOXE sala A	
19.15 – 20.00 FIT BOXE sala A	19.00- 19.45 TOTAL BODY sala A	19.15 – 20.00 FIT BOXE sala A	19.00 – 20.00 BOOTY PUMP sala A	20.00 – 20.45 TOTAL BODY sala A	

TUTTE LE ATTIVITÀ DI GRUPPO SONO ACCESSIBILI SOLO PREVIA PRENOTAZIONE: reception@sportingclubleonardo.it



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	12.30 – 13.30 KRAV MAGA sala Taekwondo	12.30 – 13.30 TAI CHI sala H	12.30 – 13.30 KRAV MAGA sala Taekwondo		09.15 – 12.15 CORSI DI NUOTO piscina
		17.00 – 19.00 FITKID sala A			14.30 - 16.45 CORSI DI NUOTO piscina
17.00 – 19.00 FITKID sala A	17.00 – 21.30 TAEKWONDO sala Taekwondo	17.30 – 21.30 M.M.A sala Taekwondo	17.00 – 21.30 TAEKWONDO sala Taekwondo	17.30 – 21.30 M.M.A sala Taekwondo	
	19.30 – 20.30 KARATE sala H		20.30 – 21.30 NINJUTSU sala A		
20.30 – 21.30 NINJUTSU sala A		20.30 – 21.30 MIKKYO sala H		19.30 – 20.30 KARATE sala H	